

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:  
Декан факультета



А. В. Савельев

«20» января 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРАКТИКИ**

### **Б2.О.2 Профессионально-ориентированная практика**

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль/направленность/специализация: Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Уровень высшего образования: бакалавриат

Формы обучения: заочная

год набора: 2020

Тамбов, 2021

**Автор программы:**

Кандидат педагогических наук, доцент Дерябина Галина Ивановна

Программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 942).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности «16» декабря 2020 г. Протокол № 4

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика и цель ознакомительной практики.....	4
2. Место практики в структуре образовательной программы и планируемые результаты.....	4
3. Структура и содержание ознакомительной практики.....	6
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	10
5. Учебно-методические рекомендации по практике.....	12
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики.....	12
7. Материально-техническое, программное обеспечение практики, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	12

## 1. Общая характеристика и цель практики

Цель практики – приобретение практических навыков и практического опыта, а также формирование следующих компетенций:

УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

ПК-2 Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая

ПК-3 Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей

Тип практики	Семестр	Способ проведения	Контактная работа	Форма промежуточной аттестация
Профессионально-ориентированная практика	7	Стационарная	2	Экзамен

Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в ходе прохождения практики:

- научно-исследовательский
- организационно-управленческий
- педагогический
- реабилитационный (восстановительный)

Программа практики ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования; в сфере научных исследований), 02 Здравоохранение (в сфере реабилитации в организациях здравоохранения), 03 Социальное обслуживание (в сфере реабилитации в организациях и учреждениях социального обслуживания населения), 05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере адаптивного физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, адаптивного спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации)

Практика проводится в форме практической подготовки обучающихся.

## 2. Место практики в структуре образовательной программы и планируемые результаты

2.1. Профессионально-ориентированная практика относится к обязательной части учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (бакалавриат).

Профессионально-ориентированная практика предусмотрена на 4 курсе, 7 семестр.

Профессионально-ориентированная практика базируется на знаниях, полученных обучающимся по дисциплинам обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Компетенции, сформированные у студентов в процессе прохождения профессионально-ориентированной практики, будут необходимы при изучении профильных дисциплин, а также при прохождении преддипломной практики.

Профессионально-ориентированная практика логически связана с такими дисциплинами, как:

УК-3 - Введение в проектную деятельность, Основы эффективного менеджмента, Психология и педагогика

УК-4 - Иностранный язык, Иностранный язык (факультатив), Научно-методическая деятельность в адаптивной физической культуре, Русский язык и культура речи

УК-8 - Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Физическая реабилитация", Безопасность жизнедеятельности, Лечебная физическая культура, Физическая реабилитация

ПК-2 - Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Физическая реабилитация", Врачебный контроль в адаптивной физической культуре, Лечебная физическая культура, Медико-психологические основы адаптивной физической культуры, Ознакомительная практика, Педагогическая практика, Физическая реабилитация

ПК-3 - Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре, Социальная медицина, Физиолого-биохимические аспекты АФК, Энергообеспечение двигательной деятельности

2.2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

<b>Код по ФГОС ВО</b>	<b>Компетенция</b>	<b>Индикаторы (показатели достижения результата)</b>
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	Анализирует возможные последствия личных действий и планирует свои действия для достижения заданного результата
УК-4	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	Использует диалог для сотрудничества в академической коммуникации общения с учетом личности собеседников, их коммуникативно-речевой стратегии и тактики, степени официальности обстановки; формирует и аргументирует собственную оценку основных идей участников диалога (дискуссии) в соответствии с потребностями совместной деятельности
УК-8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	Выявляет и устраняет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; разъясняет мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций

ПК-2	Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая	Определяет механизмы формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов
ПК-3	Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; формулировать задачи реабилитационных мероприятий, подбирать соответствующие средства и способы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий на основании выявленных параметров функциональных систем организма; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей	Выявляет проблемы и резервы повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирует банк педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации

### 3. Структура и содержание практики

3.1.Объем практики составляет 6 з.е. (216 часов), (4 недели).

3.2.Содержание практики

#### заочная форма

Этап	Содержание этапа практики	Количество часов	Формы текущего контроля
7 семестр			

1.	Цель, задачи, содержание и организация учебной практики.	16	Участие во вводной конференции; Знакомство студентов с целью, задачами и содержанием практики.; Сведения об организации работы во время практики.
2.	Разработка индивидуального плана работы по основным разделам практики	16	Ознакомление с журналом (отчётом) по практике.
3.	Содержание деятельности базы практики и работы учителя адаптивного физического воспитания.	15	Расписание уроков, коррекционно-развивающих групповых и индивидуальных занятий на базе практики.; Календарный план проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.
4.	Документы планирования и контроля. Порядок ведения делопроизводства.	15	Предоставление студентам сведений о документах, регламентирующих деятельность базы практики; Изучение документов планирования и контроля, порядок ведения делопроизводства на базе практики.

5.	Методы оценки психомоторного развития, функционального состояния и физической подготовленности лиц с ограниченными возможностями здоровья.	15	Анализ медицинской документации. Методы оценки психомоторного развития, функционального состояния и физической подготовленности лиц с ограниченными возможностями здоровья.
6.	Составление плана-конспекта урока.	15	Рабочий план на четверть. План-конспект урока. Задачи урока и способы их решения. Структура урока и содержание его частей. Составление плана – конспекта урока.
7.	Самостоятельное проведение части занятия адаптивным физическим воспитанием.	15	Самостоятельное проведение части занятия адаптивным физическим воспитанием.; Самостоятельное проведение занятий адаптивным физическим воспитанием в различных возрастных группах.



8.	Анализ урока. Хронометраж урока. Определение уровня и динамики нагрузки на уроке по результатам измерения ЧСС.	15	Анализ занятия адаптивным физическим воспитанием, проводимый специалистом базы практики.; Определение уровня и динамики нагрузки на уроке физической культуры по результатам измерения ЧСС. Хронометраж урока.
9.	Психолого-педагогическая характеристика лица и/или учебной группы лиц с ограниченными возможностями здоровья.	15	Психолого-педагогическая характеристика лица и/или учебной группы лиц с ограниченными возможностями здоровья.
10.	Подготовка и проведение внеурочного занятия АФВ (спортивного праздника).	15	Подготовка и проведение внеурочного занятия АФВ (спортивного праздника).
11.	Подготовка и проведение зачетного урока.	15	Подготовка и проведение зачетного урока.
12.	Анализ качества педагогической деятельности практиканта.	15	Анализ качества педагогической деятельности практиканта.
13.	Подготовка отчета по практике	25	Подготовка отчета по практике
	Всего	207	

### 3.3. Индивидуальные задания по практике:

- Изучить программу практики (цель, задачи, содержание и организация практики)
- Изучить основные направления работы, традиции, распорядок дня базы практики.
- Изучить задачи базы, распределение обязанностей, система повышения квалификации, организация воспитательной и методической работы.
- Заполнить индивидуальный план прохождения практики. Ознакомиться с документами планирования и учёта профессиональной деятельности. Участвовать в организации и проведении спортивно-массовых, спортивнозрелищных и физкультурно-оздоровительных мероприятий.
- Участвовать в проведении педагогического тестирования с целью выявления психофизических и психомоторных особенностей и уровня.

- Знать особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфику инклюзивного подхода в образовании; современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ; принципы формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой; порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья; педагогические закономерности организации образовательного процесса; современные методики организации занятий. Определять уровень нагрузки в занятии и рассчитывать физиологическую кривую нагрузки.
- Провести наблюдение за проведением уроков адаптивной физической культуры и секционных занятий. Провести вводную и подготовительную часть уроков.
- Провести уроки адаптивной физической культуры и секционные занятия в качестве помощника. Провести уроки адаптивной физической культуры и секционные занятия самостоятельно.
- Подготовить отчетную документацию по результатам практики.

#### 4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

##### 4.1 Оценка знаний обучающихся в рамках балльно-рейтинговой системы.

Распределение баллов при прохождении практики:

Балльно-рейтинговые мероприятия не предусмотрены

##### 4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

##### 4.3 Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена

По итогам прохождения практики обучающийся должен своевременно представить на кафедру следующую отчетную документацию:

- отчет о прохождении практики и выполнении индивидуальных заданий;
- отзыв-характеристику о своей работе с места прохождения практики.

Наличие правильно оформленных отчетных документов по практике, отражающих освоенные компетенции в ходе выполнения индивидуальных заданий, является основанием для выставления соответствующей оценки.

##### 4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«отлично»	УК-3	На высоком уровне анализирует возможные последствия личных действий и планирует свои действия для достижения заданного результата;
	УК-4	Активно использует диалог для сотрудничества в академической коммуникации общения с учетом личности собеседников, их коммуникативно-речевой стратегии и тактики, степени официальности обстановки; формирует и аргументирует собственную оценку основных идей участников диалога (дискуссии) в соответствии с потребностями совместной деятельности
	УК-8	
	ПК-2	Эффективно определяет механизмы формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

	ПК-3	Успешно выявляет проблемы и резервы повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья(включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирует банк педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической)в области физической реабилитации.
«хорошо»	УК-3	На хорошем методическом уровне анализирует возможные последствия личных действий и планирует свои действия для достижения заданного результата
	УК-4	Хорошо использует диалог для сотрудничества в академической коммуникации общения с учетом личности собеседников, их коммуникативно-речевой стратегии и тактики, степени официальности обстановки; формирует и аргументирует собственную оценку основных идей участников диалога (дискуссии) в соответствии с потребностями совместной деятельности
	УК-8	
	ПК-2	Достаточно эффективно определяет механизмы формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
	ПК-3	Своевременно выявляет проблемы и резервы повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирует банк педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической)в области физической реабилитации.
«удовлетворительно»	УК-3	На достаточном методическом уровне анализирует возможные последствия личных действий и планирует свои действия для достижения заданного результата;
	УК-4	Не в полной мере использует диалог для сотрудничества в академической коммуникации общения с учетом личности собеседников, их коммуникативно-речевой стратегии и тактики, степени официальности обстановки; формирует и аргументирует собственную оценку основных идей участников диалога (дискуссии) в соответствии с потребностями совместной деятельности
	УК-8	
	ПК-2	Не достаточно эффективно определяет механизмы формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

	ПК-3	Не достаточно своевременно выявляет проблемы и резервы повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирует банк педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации.
«неудовлетворительно»	УК-3	Не анализирует возможные последствия личных действий и планирует свои действия для достижения заданного результата
	УК-4	Не использует диалог для сотрудничества в академической коммуникации общения с учетом личности собеседников, их коммуникативно-речевой стратегии и тактики, степени официальности обстановки; формирует и аргументирует собственную оценку основных идей участников диалога (дискуссии) в соответствии с потребностями совместной деятельности
	УК-8	
	ПК-2	Не определяет механизмы формирования компенсаций посредством проведения физической реабилитации с применением физических упражнений и массажа на основе реабилитационного диагноза и реабилитационного потенциала лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
	ПК-3	Не выявляет проблемы и резервы повышения результативности организации процесса физической реабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; формирует банк педагогической и другой информации (нормативно-правовой, научно-методической, методической) в области физической реабилитации.

## 5. Учебно-методические рекомендации по практике

Обязанности обучающихся во время прохождения практики, требования к оценке выполнения ими рабочего плана (графика) практики и усвоению компетенций, формируемых во время практики закреплены в Положении о практике обучающихся, осваивающих образовательные программы высшего образования, реализуемые в ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина», а также в соответствующих методических материалах (Приложение 8 ОП ВО).

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

### 6.1 Основная литература:

1. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : [в 2 т.]. - Москва: Советский спорт, 2002

### 6.2 Иные источники:

1. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система - <http://www.biblioclub.ru>  
 2. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система -

## 7. Материально-техническое обеспечение практики, программное обеспечение и информационные справочные системы

Для проведения практики необходимо следующее материально-техническое обеспечение: рабочее место, содержащее: персональный компьютер, принтер; возможность выхода в сеть Интернет для поиска информации по профильным сайтам и порталам; помещения для самостоятельной работы; учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций и промежуточной аттестации.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Операционная система "Альт Образование"

Microsoft Windows 10

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
2. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания. – URL: <https://www.monographies.ru>
3. Российская национальная библиотека. – URL: <http://nlr.ru>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>
5. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. – URL: <https://www.prilib.ru>
6. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система. – URL: <https://www.studentlibrary.ru>

### **Электронная информационно-образовательная среда**

[https://auth.tsutmb.ru/authorize?response\\_type=code&client\\_id=moodle&state=xyz](https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz)

Взаимодействие преподавателя и студента во время прохождения последним профессионально-ориентированной практики осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.